

重回年轻视界，焕发晶彩人生

——大型眼科义诊活动

吴瑞莲

回忆是慢慢老去的我们常做的一件事情，那些带着回忆的老旧物品都褪去了鲜艳、华美的颜色，我们所看到的世界也是如此。曾经的世界繁华得不可方物，却不想一切都在蜕变。虽然身处现代化的大城市之中，享受着科技创新带来的新健康水准。但当年迈的老人因老眼昏花而无法再看清亲人的容颜；当看一场戏都变得无法实现；当回忆周遭只能用手再抚摸一遍，现代化的科技又将如何帮助我们摆脱这些困境呢？

眼疾会永久改变我们的视力吗？

眼科专家指出，人类80%的信息是通过眼睛而感知的。如果眼睛看不见了或者视力模糊了，我们便会陷入混沌和黑暗。如果排除外伤等因素，首当其冲阻挡视力的因素便是晶状体浑浊，也就是人们所说的白内障。

那么白内障是否会永久改变我们的视力呢？专家对此解释说，白内障就像中老年人的白发和皱纹一样，是衰老的必然印记。如何摆脱白内障就好比除皱和消除白发一样，困扰着中老年人。如果不采取任何措施，白内障会不断发展，持续性加重并遮挡视力。

专家对白内障的形成做了进一步分析。据了解，人体眼内的透明晶状体随着老化逐步出现了浑浊。一定量的浑浊物质堆积会像毛玻璃一样

挡在眼球和视物之间，造成揉眼亦不可改变的视力模糊。此时，采取手术措施可以阻断它的“永久性”。

需要引起注意的是，很多人在选择白内障干预措施时，第一反应就是滴眼液，认为这样既方便又不伤眼。但专家提醒白内障患者，白内障的滴眼液就和遮白发的染发剂一样是治标不治本。过于信赖“白内障的滴眼液能治疗白内障”这件事往往会适得其反，耽误了治疗时机。

专家强调，若患者出现了视物模糊、复视的情况，就应及时前往医院进行手术。白内障虽然不会造成永久的视力伤害，但其并发症：青光眼、葡萄膜炎、视网膜脱离等是具备永久性改变视力的致盲眼疾。

当“高度近视”遭遇“白内障”

白内障这一眼病几乎众所周知，但许多人不知道的是，高度近视

可能会导致白内障的发生。有些高度近视患者戴眼镜的历史已超过半个世纪，直到视力进一步下降，才发觉眼前始终有一层雾笼罩，戴眼镜也看不清，到医院检查后才发现患上了白内障。

眼科专家介绍，高度近视人群比正常人患白内障的几率更大。原因在于高度近视患者眼内会出现晶状体营养障碍和代谢失常，可使晶状体的囊膜通透性发生改变，逐渐发生混浊，从而导致了并发性白内障。专家表示，高度近视人群不仅白内障的发病率要比正常人高，发病年龄也会提前，一些高度近视患者40多岁就开始有白内障了。

但专家提醒，高度近视合并白内障的患者也不必过于担心，眼科学技术的发展已经从过去简单去除白内障向现在彻底改变中老年屈光这一方向发展，曾经那些存在科幻小说中的人工智能眼正在逐步实现之中。

专家特别指出，中年后假如发现自己的近视度数突然加深，而且度数发展比较快，很可能就是白内障的表现，必须及早就医。高度近视白内障患者拖得时间越久，眼底条件就会越差，预后效果也会受到影响。对于已患有高度近视的人来说，应避免过强的紫外线照射，平时多食用维生素含量丰富的食物，注意合理用眼，定期进行眼底检查，做到对白内障早检查、早预防、早治疗。

眼科义诊通告

经相关部门批准，上海爱尔眼科医院举办“重回年轻视界，焕发晶彩人生”大型义诊活动。活动期间，本着“便民惠民”的原则，特开通（免挂号费、免检查费、免费专家会诊等）多项绿色通道，向广大群众提供专业眼科咨询、检查服务。

爱心提示：本次义诊采用电话/短信预约报名的方式

■义诊时间：2017年5月17日至19日（8:00-17:00）

■义诊预约电话：185 1636 0332

■义诊短信报名：编辑短信“义诊+姓名+联系方式”发送到185 1636 0332

■地址：上海市长宁区虹桥路1286号（10号线宋园路口）

义诊备案编号：长卫登字（2017）第0006号

■义诊专家



肖耀廷 主任医师
擅长：老花、散光、白内障、角膜病、视网膜脱离、玻璃体出血、眼底黄斑类各种复杂病症的诊疗。



李文生 教授、主任医师
擅长：治疗各种复杂性白内障；超近视眼的联合手术治疗；各种视网膜疾病以及遗传及变性视网膜疾病；葡萄膜炎等。



李勇 副主任医师
擅长：各种复杂性白内障手术的处理；视网膜脱离、玻璃体出血、糖尿病视网膜病变等；对难治性青光眼的诊断、药物及手术治疗有丰富经验。



陈旭 副主任医师、医学博士
擅长：老花、散光、白内障及眼前段疾病、青光眼及视神经疾病的检查、治疗。



宋蓓雯 副主任医师
擅长：治疗各种视网膜疾病（糖尿病性视网膜病变、视网膜裂孔、视网膜静脉阻塞、黄斑水肿、黄斑变性等），各种老年性白内障、并发性白内障及高度近视等的诊疗。

本版活动为公益活动，不向参加者推荐医疗服务或者其他商品，相关信息仅供参考。

“五驾马车创始人”向红丁教授指出“做到五项达标”糖友也敢大胆“吃、喝、玩、乐”

>>核心导读 对于广大糖友来说，为了控制血糖，看着满桌子美味不敢下筷，生怕血糖升高，怕各种并发症出现，这也不敢吃，那也不敢吃，每天用“饥饿疗法”让血糖不升高，长时间饥饿疗法，血糖虽然控制住了，可并发症还是出现了，浑身乏力、视物不清、皮肤瘙痒、心慌、胸闷、气短……

向红丁教授指出，做到五项达标——糖友也敢大胆“吃、喝、玩、乐”

向红丁教授指出：“糖尿病是慢性综合性疾病，必须采取综合手段。糖尿病目前虽不能治愈，但只要按照科学的方法完全是可防可控的。

糖尿病患者如果只控制血糖是不行的，必须做到五项达标”。即“血糖、血压、血脂、血粘稠度、体重”等五项同时达标，只要做到五项达标，糖友同样可以像正常人一样，大胆吃、喝、玩、乐。

5月7日跟名医抗糖，打开高品质生活金钥匙

据了解，向红丁教授历经30多年糖尿病临床治疗，提出的“三五防糖法”，已帮助众多“糖友”各项指标达标、并发症改善减轻。他用通俗易懂的语言，深入浅出的糖尿病病理及防治方法讲解，深受广大糖尿病患者喜爱。

日前，由中国老年保健协会糖尿病专业委员会主办的糖尿病爱心互助公益行动5月7日走进上海。届时，“五驾马车”创始人向红丁教授将携专家团队莅临上海为申城糖友带来“糖尿病三五防糖法”大型科普讲座。同时，为糖友带来了自己亲著的《自己战胜糖尿病》及《三五防糖法》等科普书籍，血糖仪、血压计等相关活动援助物资。

最后一天，申城糖友抓紧报名 听向红丁讲座，领千元援助大礼包

如果您或您的家人患有糖尿病，血糖控制不达标，或已经陆续出现瘙痒、针刺感、视物模糊、冠心病、脑中风等并发症，赶紧拨打活动报名电话，跟向红丁学抗糖良方，助您远离并发症困扰。报名成功，即可获得以下相关援助：

- ◆ 免费领取 价值398元向红丁教授公益讲座门票一张
- ◆ 免费领取 向红丁教授编著的《自己战胜糖尿病》实用书籍一本
- ◆ 免费领取 价值298元血糖仪一台和试纸一筒（或电子血压计1台）
- ◆ 免费领取 价值588元的亚麻籽油6瓶

备注：夫妻报名者，可在现场领取首批援助物资，糖尿病、心脑血管病防控科普书籍《微循环的力量》一本及每人领取亚麻籽油2瓶

报名电话 **400-089-1717** 报名时间：早8:30-晚19:30
报名截止时间：5月5日晚19:30

向红丁 教授

北京协和医院糖尿病中心主任

- 北京协和医院内分泌科主任医师
- 中国协和医科大学博士生导师
- 中国老年保健协会糖尿病专业委员会主任委员
- 糖尿病“五驾马车”创始人



>>人物简介

他创立糖尿病“五驾马车”理论，为中国糖尿病科学防治指明了新方向。他高瞻远瞩，为普及糖尿病知识振臂高呼，共发表论文140余篇，参与书籍撰写60余部，其中《糖尿病300个怎么办》、《自己战胜糖尿病》先后获得国务院颁布的科技进步二等奖；他年过七旬，仍奋战在糖尿病防治与教育第一线，在全国发起“糖尿病爱心互助公益行动”名医巡讲。他就是现任北京协和医院糖尿病中心主任博士生导师、“五驾马车”创始人、“糖尿病爱心互助公益行动”全国组织者与发起人“向红丁教授”。

申城糖尿病患者拨打电话400-089-1717报名，报名成功，即可领取向红丁教授5月7日公益讲座门票一张，向红丁教授亲著的《自己战胜糖尿病》科普书籍一本及血糖仪一台和试纸一筒（或电子血压计一台），最后一天，广大糖友抓紧报名！

公益活动现场

静安区 黄浦区：南京西路580号仲益大厦A座 杨浦区 虹口区：鞍山路102号（厚德仁） 徐汇区 闵行区：宜山路508号景鸿大厦 宝山区：一二八纪念馆路869号（万达广场北）

浦东新区：东方路738号裕安大厦 普陀区 长宁区 嘉定区：曹杨路540号中联大厦